

# 保健体育

## Health and Gymnastics

教 授      小野寺孝一      Koichi Onodera

### ◆ 研究概要

健康者の健康の維持増進や高齢者の介護予防等の観点から, 主観的強度を指標とした筋力トレーニングの研究を行っている.

### ◆ 学会報告

- 1) 小野寺孝一: 主観的強度を用いた最大下努力における筋力トレーニングの効果. 第 65 回日本体力医学会, 2010, 9, 千葉. 体力科学 59 巻 6 号, p.903.
- 2) 小川耕平, 三辺忠雄, 泉 一郎, 小野寺孝一: 高齢者の骨密度 (Young Adult Mean) と生活体力・日常状況との関連性. 第 65 回日本体力医学会, 2010, 9, 千葉. 体力科学 59 巻 6 号, p.665.

### ◆ その他

- 1) 小野寺孝一: 全国スポーツレクリエーション祭 2010 シンポジウム, これからのスポーツ環境のあり方について. 2010, 9, 富山.